

OGÓLNOPOLSKA INTEGRACYJNA JESIEŃ PŁYWACKA 2025
Radom, 26.10.2025

Harmonogram sesji nr 1 - I BLOK

26.10.2025 - 9:00

Rozgrzewka: 8:00 do 8:55

9:00	1.	50m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:08	5 Serie	26
9:08	2.	50m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:12	8 Serie	46
9:20	3.	100m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:06	2 Serie	8
9:26	4.	100m klasyczny	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:02	1 Seria	5
9:28	5.	50m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:07	4 Serie	21
9:35	6.	50m grzbietowy	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:11	6 Serie	31
9:46	7.	200m dowolny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:08	2 Serie	7
9:54	8.	200m dowolny	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:11	3 Serie	16
10:05	9.	100m motylkowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:02	1 Seria	1
10:07	10.	100m motylkowy	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:02	1 Seria	3
10:09	11.	100m zmienny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:05	2 Serie	7
10:14	12.	100m zmienny	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:07	3 Serie	16
10:21	13.	50m klasyczny	Kobiet	Serie na czas	Open	0:05	3 Serie	18
10:26	14.	50m klasyczny	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:06	3 Serie	14
10:32	15.	100m grzbietowy	Kobiet	Serie na czas	Open	0:02	1 Seria	5
10:34	16.	100m grzbietowy	Mężczyzn	Serie na czas	Open	0:04	2 Serie	11
10:38	17.	4 x 50m dowolny	Wszystkie	Serie na czas	Open	0:06	2 Serie	11
10:44	Koniec sesji				Całkowity czas	1:44		